

NO.1509
毎月1日・10日・20日発行
5 | 10
平成28年(2016)

北区ニュース

区役所では節電のため、
クールビズで
執務しています
ご理解とご協力
をお願いします



5月12日は「民生委員・児童委員の日」です

民生委員・児童委員、主任児童委員とは

民生委員・児童委員は厚生労働大臣から委嘱され、地域の皆さんから福祉に関する相談を受け、その相談内容に応じて区の窓口や関係機関を紹介し、適切なサービスが受けられるよう支援を行っています。
また、子どもたちの問題を専門的に担当する主任児童委員もいます。
つまり「地域の方々と行政をつなぐパイプ役」と言えます。

秘密は厳守します

民生委員・児童委員には、民生委員法などにより守秘義務が課せられ、相談内容などを他人に話すことは禁じられています。安心してご相談ください。
お住まいの地域の担当民生委員・児童委員の氏名、連絡先などについては、お問い合わせください。



●平成29年に 民生委員制度100周年・ 児童委員制度70周年を迎えます。

民生委員制度は、大正6年に岡山県で誕生した「済世顧問制度」を始まりとします。翌大正7年には大阪府で「方面委員制度」が発足し、昭和3年には方面委員制度が全国に普及しました。戦後(昭和21年)、民生委員令の公布により名称が現在の「民生委員」に改められました。
来る平成29年には、民生委員制度は、済世顧問制度創設から100周年を迎えます。

平成28年度 民生委員・児童委員の日 ~活動強化週間~ 「どうしたの?」ひと声掛ける思いやり

5月12日の民生委員・児童委員の日に併せ、パネル展示・着ぐるみミンジーによる啓発活動や区内福祉作業所による物品販売を行います。
皆さん、ぜひ、お越しください。

日 5月25日(水)~27日(金) 午前10時~午後3時 場 北とぴあ正面玄関横及び1階区民プラザ
※25日・26日(午前11時~正午)は、子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館)(王子2-7-34)にも着ぐるみミンジーが来ます。
問 健康福祉課健康福祉係 ☎(3908)9041



東京都民生委員・児童委員
イメージキャラクター「ミンジー」

	福祉作業所など	販売品 ※売り切れの際はご容赦ください
5月25日(水)	たいよう事業所	手焼きせんべい
	ワーク・イン・あすか	豆腐、油揚げ、みそ油揚げ、からみそ油揚げ、かりんとう
	第二ワーク・イン・あすか	焼き菓子
	フリッカ・ビーウーマン	布製バッグ、レース編みバッグ、布草履、ビーズアクセサリ
5月26日(木)	たばた福祉作業所	デコパージュ小物、アクリルたわし、ビーズアクセサリ、紙すき
	ワークハウスペガサス	一筆箋、エコバッグ
	第二ワークハウスペガサス	
	わくわく配食サービス	焼き菓子、野菜、手作り小物
5月27日(金)	うきま幸福苑ブレッド&バター	パン、焼き菓子 ※午後1時~3時
	工房ヴィ	焼き菓子、ケーキ、革製品、ビーズ製品、布製品
	つばさ工房	手作りジャム
	あい・アイ工房	お茶、天然昆布だし、絵葉書
	飛鳥晴山苑	パン、クッキー ※午後1時~3時
	フロム・ヴィ	コーヒー豆、封筒 ※午後1時~3時

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

費用(記載のない場合は無料です)

申込方法

お問い合わせ

先

HP

ホームページ

EM

メール

お知らせ

◆第1回 北区在宅介護医療連携推進会議

高齢者が安心して在宅療養生活を送れる体制の構築に向け、保健・医療・介護・福祉の関係者が検討を行う会議を開催します。
日 5月25日(水) 午後2時から 場 第2委員会室(区役所第一庁舎4階) 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 介護医療連携推進担当課 ☎(3908)9083(高齢福祉課内)

◆第2回東京都北区景観づくり審議会

日 5月20日(金) 午後2時から(1時30分受付開始) 場 第1委員会室(区役所第一庁舎4階) [予定議題] 景観届出などの状況

報告ほか 定 30名(先着順) 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 都市計画課 ☎(3908)9152

◆地下水揚水施設(※動力使用)の 届出対象が拡大します

[現行] 揚水機の出力が300ワットを超える揚水施設
[改正後] 一戸建ての家事用途を除く全ての揚水施設(揚水機の出力が300ワットを超える家事用途は現行どおり対象)
※集合住宅において揚水施設を設置する場合は対象です。
※改正施行日にすでに設置済みのものは対象外です。
[改正施行日] 7月1日(金)
問 環境課環境規制調査係 ☎(3908)8611

◆経済センサス -活動調査にご協力ください

6月1日、全国で経済センサス-活動調査が行われます。この調査は、全産業分野における事業所及び企業の経済活動の状況を全国的及び地域別に明らかにするとともに、各種統計調査の基礎となる母集団情報の整備を図ることを目的としています。対象の事業所・企業には、5月下旬から調査員が調査票を持って伺いますので、調査票への記入をお願いします。なお、調査内容を統計の作成以外の目的に使用することは一切ありません。
対 区内すべての事業所・企業
問 地域振興課統計調査係 ☎(3912)4391

耐震補強工事完了に伴い 事務所を移転します

●健康推進課
滝野川健康支援センター
[移転先] 西ケ原1-19-12
[移転日] 6月27日(月)
問 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3919)2815

●たばた福祉作業所
[移転先] 西ケ原1-19-12
[移転日] 7月4日(月)
問 障害者福祉センター ☎(3905)7111

●5月の番組(手話つき)
充実!豊富!北区の交通網
毎日便利です。
[放送日時] 毎日午前9時、正午、午後8時・11時の4回。
※放送時間は約15分です。ひと月ごとに内容を変更します。翌月からDVDでの貸出も行います。
問 広報課 ☎(3908)1102

住めば、北区東京。
J-COM東京北 J-COMチャンネル東京北を放映中

この度の熊本地震で被災された皆さまに心よりお見舞いを申し上げます。今後も北区として、出来る限りの支援を行ってまいります。震災はいつ起きるかわかりません。日頃の備えを再確認するとともに、「地域のきずな」、人と人との「支え合い」を大切にしていきましょう。▼青葉が輝く季節となりました。今月も区内でいろいろな催しがあります。5月13日からは、毎年多くの方が参加される「浅見光彦の住む街・ミステリーウォーク」が始まります。旧古河庭園のバラも見頃を迎え、ライトアップなども予定されています。北区をめぐる小さな旅をお楽しみください。嬉しいニュースです。区立田端中学校出身の長谷川涼香さんが、第92回日本選手権水泳競技大会で「女子200メートルバタフライ」に出場し、見事リオデジャネイロ五輪代表の座を獲得しました。若い力を存分に発揮し、のびのびと活躍してほしいと願っています。
夕風や白薔薇の花皆動く 子規



北区長 花川典徳

◆中央公園文化センター講座

①区民講座「～2日間で初夏の彩と季節に親しむ～園芸の基礎知識を知ってハーブの寄せ植えと苔玉アレンジを楽しもう」

対 区内在住、在勤、在学の方 日 6月15日(水)、7月20日(水) 計2回 午後2時～3時30分 内 園芸の基礎知識を学び、初夏の花と緑のアレンジを楽しみます。 師 グリーンアドバイザー 森山雅子氏、吉野華恵氏 定 20名(抽選) 費 2,500円(教材費) 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、6月1日(水)(必着)まで

②特別講座「第19回きたくせんたー寄席～柳亭こみち・柳家やなぎ～」

日 6月19日(日) 午後1時30分～3時30分 内 柳亭こみちさん、柳家やなぎさんの落語4席 定 50名(抽選) 費 大人800円、子ども(小中高生)500円 ※未就学児不可 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、6月8日(水)(必着)まで =以下、①②共通=

問場先 〒114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター(月曜、祝日休館) ☎(3907)5661 FAX(3907)5666

◆赤羽文化センター区民講座 「iPadを持ってまちを歩こう!」

対 区内在住、在勤、在学でメールアドレスをお持ちの方 日 6月18日 午前9時30分～正午…インターネット・SNS・地図アプリなどの使い方について 7月2日 午前10時～正午…iPadを持ってまち歩き [予定コース] 赤羽緑道公園など(約3km)

16日 午前10時～11時30分…写真の共有などiPadを使ったまち歩きの楽しみ方のおさらい 各土曜 計3回 師 大人の小学校代表 山城純子氏 定 16名(抽選) 費 1,510円(iPad使用料、保険料) 申 往復はがき(記入例参照。メールアドレスも記入)で、6月8日(水)(必着)まで 問場先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター ☎(3906)3911

催し

◆北区民ヤマベ・カワムツ釣大会

共催 北区

対 区内在住、在勤の方 日 5月22日(日) 午前0時20分王子駅北口バスターミナルに集合(1時出発) ※雨天決行 場 茨城県久慈川 定 85名(申込順) 費 6,000円(中学生以下は3,000円。エサは各自用意) 申 5月16日(月)までに電話申込 ※大会の要項はスポーツ推進課(北とぴあ10階)にあります。 問場先 北区釣魚連合会理事長 戸田 ☎070(5584)2853

◆フリーマーケット

後援 北区

出店者を募集します。販売は家庭で出た不用品に限ります。

●北ノ台エコー広場館

日 6月12日(日) 午前10時～午後2時(雨天中止) [出店予定数] 50店(抽選) [出店料] 1,000円(2m×3m) 申 往復はがき(記入例参照)または電話で、6月6日(月)(必着)まで ※電話は随時受付

問場先 〒114-0034 上十条5-14-4 北ノ台エコー広場館「フリマ」係(水曜、祝日休館) ☎(3907)3196

●赤羽エコー広場館

日 6月12日(日) 午前10時～午後2時(雨天決行) [出店予定数] ワゴン10店・床面10店(申込順) [出店料] 500円(ワゴンは

幅1.2m×奥行0.7m×高さ0.8m、床面は1.2m×0.7m) 申 電話申込

問場先 赤羽エコー広場館「フリマ」係(赤羽1-1-38)(水曜、祝日休館)

☎(3908)3196(午前10時～午後5時)

●富士見橋エコー広場館

日 6月19日(日)・26日(日) 午前10時～午後1時(雨天中止) [出店予定数] 各30店(申込順) [出店料] 500円(1.8m×1.8m)

申 電話申込(随時受付)

問場先 富士見橋エコー広場館「フリマ」係(田端5-16-1)(水曜、祝日休館)

☎(3824)3196

●赤羽公園

日 6月19日(日) 午前10時～午後3時(雨天の場合は、26日(日)に順延) [出店予定数] 60店(抽選) [出店料] 1,500円(2m×3m) 申 往復はがき(記入例参照。搬入時の車使用の有無も記入)で、6月10日(金)(当日消印有効)まで

問場先 〒205-0014 羽村市羽東3-1-17 リサイクル運動友の会

☎090(3222)5060

～甘楽町の有機野菜の販売～

各エコー広場館(富士見橋、滝野川西、赤羽、北ノ台)では、毎月第2日曜に甘楽町の有機野菜を販売します(雨天決行)。

お知らせ

◆ココキタ写真展「北区のネコ」

日 7月1日(金)～31日(日)

内 自身が区内で撮影したネコの写真 [サイズ] 六ツ切～ワイド四ツ切、A4

[応募方法] 1人1点。未発表作品。裏面に、タイトル・撮影場所・住所・氏名・職業(学生は学校名)・電話番号を記入して持参

問場先 ココキタ(北区豊島5-3-13) ☎(6338)5711



◆北区バリアフリー基本構想【全体構想】を策定しました


●基本構想策定にあたって

区では平成14年度より「北区交通バリアフリー全体構想」と「駅周辺における個別の交通バリアフリー基本構想」を策定し、バリアフリー整備を進めてきましたが、バリアフリー法の改正やオリンピック・パラリンピックの開催などを契機に、ユニバーサル社会の実現にむけた施策の更なる推進が求められています。

このような社会的背景を踏まえ、改めて「北区バリアフリー基本構想【全体構想】」を策定し、バリアフリー整備やところと情報のバリアフリーなどが一体となった取り組みを推進します。

●基本構想策定に向けた基本方針

- ①だれもが利用しやすい生活環境づくりを目指した基本構想づくりを目指します。
- ②おおむね10年後(平成37年度)を目標とします。
- ③区全体におけるバリアフリー推進の考え方を示します。
- ④まちづくりを進めるうえで効果の高い地区を重点整備地区に定めます。
- ⑤重点整備地区では実現性の高い具体的な特定事業を定めます。
- ⑥ところと情報のバリアフリーの推進に向けた具体的な事業や協働による取り組みの方向性を示します。
- ⑦段階的かつ継続的な発展(スパイラルアップ)に向け区民参加による推進方法を示します。



名探偵★浅見光彦の住む街 ミステリーウォーク2016 「セピア色の思い出を探して」

後援 北区

北区アンバサダーで、作家の内田康夫氏の人気旅情ミステリーシリーズの主人公「浅見光彦」が住む街西ヶ原。この街周辺を、ミステリー手帖を手に入れて歩き、浅見光彦になったつもりで謎解きに挑戦してみませんか。正解にたどり着いた方の中から、抽選(応募が必要)で、すてきな賞品のプレゼントがあります。

日 [手帖配布・実施期間] 5月13日(金)～29日(日) 場 [手帖配布場所] 霜降銀座・染井銀座各指定店、北区飛鳥山博物館、滝野川図書館、滝野川会館、防災センター、JR上中里駅・駒込駅・王子駅、東京メトロ南北線西ヶ原駅・駒込駅・王子駅、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、広報課(区役所第一庁舎3階1番)

問 名探偵★浅見光彦の住む街実行委員会事務局 ☎(3917)0321

●区全域におけるバリアフリー化の推進に関する事項

- ・まちづくり事業と連携した重点整備地区の設定を行います。
- ・社会資本整備とあわせてバリアフリー化の推進に努めます。
- ・公共建築物の整備に伴うバリアフリー化に努めます。

●地区別構想に関する基本的な事項

次年度以降に策定する地区別構想では、重点整備地区や生活関連施設、生活関連経路、具体的な特定事業などを位置づけ、重点的かつ一体的なバリアフリー化を推進します。

重点整備地区の設定と考え方

重点整備地区	含まれる駅(下線は特に調査結果の合計点が高く、重点的な検討が必要な駅)
赤羽地区	浮間舟渡・北赤羽・赤羽・赤羽岩淵・志茂
王子地区	東十条・十条・王子神谷・王子・板橋
滝野川地区	上中里・西ヶ原・田端・駒込・尾久

※各地区を結び経路をネットワーク経路として位置づけ、案内の充実などを含めたバリアフリー化を図ります。

●ところと情報のバリアフリーの推進

- ・ところのバリアフリーの理念を浸透させるための働きかけ
- ・バリアフリーに関する情報提供や、ベビーカーマークなどの理解促進のため普及・啓発活動
- ・放置自転車、商品や看板などの歩道上不法占用の防止に対する啓発活動
- ・情報・コミュニケーションのバリアフリー化
- 基本構想の推進とスパイラルアップ
- ・協議会を通じて、年1回程度事業の進捗状況の確認
- ・中間評価(平成32年度):完了事業の確認やフィードバック
- ・目標年次(平成37年度):全体構想及び地区別構想の最終評価、必要に応じてさらなる改定の検討
- ・協議会で検討する内容やまちあるき結果で寄せられた意見や要望などをまとめ、北区ニュースや北区ホームページを通じて取り組みを周知
- ・協議会の場を活用して意見交換や勉強会などを実施し、成果を広く発信することにより、ところと情報のバリアフリーの推進を図る

[閲覧場所] 都市計画課(区役所第一庁舎3階14番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館及び北区ホームページ

問 都市計画課 ☎(3908)9152 FAX(3908)8336

◆「おしゃべりサロン」にお越しください

おしゃべりサロンは、地域の方々がふれあい、どなたでも参加できる交流の場です。何かお話ししたいことがある方は遊びにきませんか。

日 5月12日(木)、6月1日(水)・9日(木) 午前10時～正午 ※毎月第1水曜・第2木曜に実施(祝日はお休み) 内 区内で活動する傾聴ボランティアの皆さんがあなたのお話をお伺いします。 ※お話の内容は口外しません(秘密厳守)。 申 当日、直接会場へ 問場 北区NPO・ボランティアがらぎ(北とぴあ4階)

☎(5390)1771 FAX(5390)1778 EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp



◆司法書士による無料相談会

後援 北区

●登記・法律・空家問題など相談会

日 5月30日(月) 午後6時～9時 場 赤羽会館4階第4集会室 内 相続・贈与・財産分与などの不動産登記、会社の登記、遺言、成年後見、少額の裁判、空家問題、借金問題など 申 原則、前日までの電話申込(当日、午後8時までの会場受付可)

問場先 東京司法書士会北・荒川支部 大森 ☎(5939)9815

◆座談会「語り継ぐ北区の水害」参加者募集

北区政策提案協働事業

対 区内での水害体験または情報をお持ちの方 日 7月10日(日) 午後1時30分～4時 場 王子ふれあい館(北区豊島1-14-12) 内 水害に強いまちづくりの推進のため、水害体験をお持ちの方に座談会で当時の状況を語っていただき、映像記録を作成します。 申 ファクスまたはEメール(記入例参照。話題提供の内容も記入)で、5月31日(火)(必着)まで

問場先 NPO法人あらかわ学会 ☎(5284)7885 FAX(5284)7995 EM info@arakawa-gakkai.jp

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込み場合の記入例は3面をご覧ください



パパとチャレンジ! 親子クッキング教室

①幼児親子クッキング教室
対区内在住で4歳~6歳の幼児と保護者(1組2名。父親・祖父優先) 日6月11日(土) 午後1時~3時30分

②小学生親子クッキング教室
対区内在住の小学生と保護者(1組2名。父親・祖父優先) 日6月19日(日) 午後1時~3時30分

離乳食講習会 ~みんなで食育・楽しく食育~

対区内在住で乳児(3~4カ月) 健診後から生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし) 日6月14日(火) 午後1時30分~3時

ぱくぱく子どもごはん講習会 ~幼児食へのステップアップ~

対区内在住で平成27年4月16日~7月15日生まれのお子さんの保護者(保育なし) 日6月15日(水) 午後1時30分~3時

内 離乳食から幼児食への移行のポイント、簡単メニューの紹介 定24名(申込順) 日5月18日(水) 午前9時から電話申込

幼児食・歯みがき合同講習会

対区内在住で平成27年4月9日~7月8日生まれのお子さんの保護者(保育なし) 日6月8日(水) 午前10時~11時30分

講座・講演会

滝野川文化センター区民講座 暮らしと医療I期「知って役立つ『薬』の基礎知識パート2~身近な薬の種類から飲み方まで~」

対区内在住、在勤、在学の方 日6月18日(土) 午前10時~正午 市内販薬から処方薬まで、薬の種類や飲み方など、服用前に知っておきたい薬の基礎知識を学びます。

中央図書館 「読み聞かせ初心者・初級者講座」

対子どもへの読み聞かせに関心のある方または図書館でのボランティア活動を希望する方 日6月8日(水)・15日(水) 計2回

がき(記入例参照。保育希望者は「保育希望」とお子さんの年齢も記入)で、5月28日(土)(必着)まで

北区飛鳥山博物館講座

●北区遺跡学講座2016春「第5回国史跡中里貝塚」 日6月4日(土) 午後1時~4時(予定)

●野外講座「北区富士塚めぐり」 日6月5日(日) 午前10時30分~午後3時30分(予定)

●サロン講座 北区モノ語り「桐ヶ丘遺跡の旧石器」 日6月11日(土) 午後2時~3時

はがき(記入例参照)で、6月2日(木)(必着)まで

映像企画2016「東京の地下鉄を学ぶ」

本年地下鉄南北線第1期工事区間が開業して25周年を迎えることを記念して、東京都映画協会と旧営団が製作した地下鉄に関する記録映画を見ながら往時を偲ぶとともに地下鉄の歴史をふりかえります。

【上映作品】東京の地下鉄(昭和43年)、明日をひらく東西線一東陽町西船橋建設記録(昭和44年)、伸びゆく都営地下鉄(昭和61年)、地下鉄南北線第1期工事区間建設の記録(平成4年) 以上4本(都立多摩図書館フィルムライブラリー及び東京メトロ所蔵)

※上映時間は全体で約70分 日6月12日(日) 午後2時~4時 師同館学芸員 定60名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、6月2日(木)(必着)まで

=以下、共通= 日6月12日(日) 午後2時~4時 師同館学芸員 定60名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、6月2日(木)(必着)まで

歴史発見!街めぐり -江戸から近代の田端を歩く-

日5月28日(土) 午前10時30分~午後4時(予定) 内田端周辺に遺された、3つの博物館にまつわる史跡を学芸員のレクチャーを交えながら一緒にめぐります。

(保険料) 申往復はがき(記入例参照)で、5月19日(木)(必着)まで

問場先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館

☎(3916)1133

消費者教室「減塩を学んで安心消費生活~手作り梅干しを通して~」

対区内在住、在勤、在学の方 日①6月8日(水) 午前10時30分~正午 ②9日(木) 午後1時30分~3時 ※各回同一内容

師生活科学ボランティア 定各18名(抽選) 費1,000円(材料費) ※梅1kgを入れる容器を持参 申往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月20日(金)(必着)まで

問場先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「梅干し」係(北とびあ11階) ☎(5390)1239

希望講座名 (希望日・コース) ●郵便番号・住所※ ●氏名(ふりがな) ●年齢 ●電話番号(ファクス番号) 申込記入例

シルバー人材センター「パソコン教室」

対区内在住、在勤の方 日内定費下表のとおり 申往復はがき(記入例参照。希望のコース番号も記入)で、5月20日(金)(必着)まで 問場先 〒115-0045 赤羽1-1-38 北区シルバー人材センター ☎(3908)8400

Table with 6 columns: 番号, コース名, 日程, 時間, 定員(抽選), 費用(教材費を含む)

北区青少年団体指導者講習会(第I期)

「今すぐ役立つ子どもと楽しむレクリエーション」

主催 北区青少年委員会 共催 北区教育委員会 スキルアップを目指してみませんか。地域で子どもたちと活動するときに役立つ知識やワザを学びます。

対区内在住、在勤、在学で18歳以上の方 日場内下表のとおり 師ELFIN体験共育くらぶディレクター 北澤伸之氏 定30名程度(抽選) 費1,000円(教材費、保険料など。第3回の昼食は各自持参) 申往復はがき(記入例参照。青少年団体などに所属している方は団体名も記入)で、5月26日(木)(必着)まで

問場先 〒114-8546(住所不要)生涯学習・学校地域連携課 ☎(3908)9323

Table with 4 columns: 回, 日程, テーマ, 会場

記号の見方

対象

日

日時

会場

内容

講師

定員

費用

費用(記載のない場合は無料です)

申込方法

お問い合わせ

先

HP

ホームページ

EM

メール

老人いこいの家の利用証を 更新します 利用曜日も変更になります

6月1日(水)から新しい利用証に切り替わります。引き続き利用を希望する方は、主に利用する老人いこいの家または各ふれあい館で手続きをしてください。※初めて利用する方は、老人いこいの家で随時受け付けます。

対区内在住の60歳以上で1人で通所できる方 **申**5月10日(火)から健康保険証などの住所・氏名・年齢が確認できるものと緊急連絡先を用意して、直接窓口で申込

問場先 志茂老人いこいの家(志茂1-2-22) **☎**(3902) 5608

滝野川老人いこいの家(滝野川1-46-7) **☎**(3915) 5545

名主の滝野老人いこいの家(岸町1-15-25) **☎**(3909) 3083

シニア割引券で ご購入ください



●第27回北とぴあ若手落語家競演会

対区内在住で60歳以上の方 **日**9月10日(出) 午後1時開演 **場**北とぴあつつじホール **定**30名(抽選)

費1千150円(正規料金のおよそ半額) **申**往復はがき(記入例参照。車イス付き添いが必要な方はその旨朱書き)で、5月20日(金)(必着)まで
※全席指定(席は選べません)
※チケットの引き換えは、事前に北とぴあで行います。

問先 〒114-8508 (住所不要) 高齢福祉課 高齢福祉係 **☎**(3908) 1158

健康づくりグループ講座

①女性のための健康麻将「初心者教室」

日6月6日(水) 27日 毎週月曜 計4回 午後1時~4時 **場**日本健康麻将同好会「銀嶺」(東田端2-5-14)

内麻将とは何かから始まり、基礎・点数計算の仕方などを学び、実践練習をします。 **師**健康麻将同好会「銀嶺」 **定**28名(抽選) **費**500円

②超人門「陳式太極拳・老架式」

日6月6日、27日 毎週月曜 計4回 午後6時45分~8時 **場**王子小学校体育館 **内**すべての太極拳の源流である陳式太極拳は、本来武術ですが、中高年向きに健康法として行います。 **師**王子太極拳クラブ **定**15名(抽選) **費**50円

以下、①②共通 **対**区内在住、在勤で50歳以上の方(女性は女性のみ) **申**往復はがきまたはファクス(記入例参照。①②の別も記入)で、5月23日(月)(必着)まで

問先 〒114-8508 (住所不要) 健康推進課 健康づくり推進係 **☎**(3908) 9068 **FAX**(3905) 6500

シニア元氣塾「地域に活かすいきいき講座 Part 2」

「ペンとペン、ペンとペン」心を届ける絵手紙 **対**区内在住、在勤で50歳以上の全回参加できる方 **日**6月13日、27日 毎週月曜 計3回 午後1時45分~3時45分 **場**北とぴあ8階802会議室 **内**きれいに描こうとせず、素のままの自分を紙の上に表現します。 **師**日本絵手紙協会公認講師 小野寺美紀子氏 **定**20名(抽選) **費**2千円

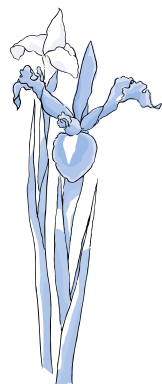
申往復はがき(記入例参照)で、5月24日(火)(必着)まで

問先 〒114-8508 (住所不要) 高齢福祉課 高齢福祉係 **☎**(3908) 1158

介護予防で元氣はつらつサ ロン♪みんなで楽しく体を 動かしましょう!

対昭和町、田端新町、東田端全域、上中里3丁目在住の65歳以上で、要介護・要支援認定を受けておらず医師から運動制限されていない方 **日**5月27日(金) 午後2時~3時30分 **場**新町コミュニティセンター第2ホール(田端新町2-27-17) **内**筋力アップ体操、チェアピクニックなど

師運動指導員 **定**20名(申込順) **申**5月11日(水)午前9時から電話申込 **問**先 新町光陽苑高齢者あんしんセンター **☎**(5855) 1219



講座・講演会

◆古民家工作教室「大判ハンカチ1枚 でかわいいピエロを作ろう」

対区内在住、在勤、在学で18歳以上の方 **日**6月10日(金) 午前10時~正午 **内**大判ハンカチを裁断してピエロの各パーツを作り、綿を入れて立体的なピエロを作ります。 **定**25名(抽選) **申**往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・年齢(学生は学年)も記入)で、5月27日(金)(必着)まで **問**場先 〒115-0055 赤羽西5-2-34 赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館 **☎**(5993) 8361

◆東京商工会議所北支部 「きた若手経営者ゼミナール」

後援 北区 産業競争力強化法に基づき策定した北区創業支援事業計画で「特定創業支援事業」に位置付けられたセミナーです。 創業予定または創業5年未満の方がすべて受講することで、会社設立時の登録免許税の減額などの特典があります。 **対**区内の創業予定者(創業後5年未満の方を含む)、中小企業経営者(経営幹部候補生を含む)及び個人事業主など **日**内師下表のとおり **場**北とぴあ8階803会議室 **定**12名(先着順) **費**5,000円(非会員は2万5,000円) **申**東京商工会議所北支部ホームページ「イベント・セミナー情報」から申込 ※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

日程	内容	講師
6月1日(水)	経営	中小企業診断士 酒井勇貴氏
6月8日(水)	販路開拓	中小企業診断士 渋谷隆一氏
6月15日(水)	販路開拓	中小企業診断士 栗原啓悟氏
6月22日(水)	財務	中小企業診断士 岡安裕一氏
6月29日(水)	人材育成	特定社会保険労務士 吉田敏子氏

【時間】午後6時30分~8時30分 **問**先 [ゼミナールについて] 東京商工会議所北支部 **☎**(3913) 3000 **HP** <http://www.tokyo-cci.or.jp/kita/> [特定創業支援事業について] 産業振興課経営支援係 **☎**(5390) 1237

スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室 「シニアシェイプピクス教室」

対区内在住、在勤で50歳以上の方 **日**6月20日~8月22日(7月11日・18日を除く) 毎週月曜 計8回 ①午後1時30分~2時30分 ②午後2時45分~3時45分 **場**北とぴあ地下1階多目的ルーム **師**永井美和子氏 **定**各30名(抽選) **費**6,600円(消費税、傷害保険料を含む) **申**往復はがき(記入例参照。男女の別、①②の希望順位も記入)またはホームページで、5月25日(水)(必着)まで ※携帯電話からは不可 **問**先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6滝野川体育館内 北区体育協会 **☎**(3940) 1848 **HP** <http://www.kita-city-taikyo.or.jp>

◆少林寺拳法体験教室

後援 北区体育協会 **対**区内在住、在勤、在学で5歳~70歳の方(親子可) **日**6月4日~7月30日 毎週土曜 計9回 午後6時~8時 **場**滝野川第三小学校体育館 **定**20名(先着順) **費**3,000円(傷害保険料を含む) **申**電話またはEメール(記入例参照)で、5月31日(火)(必着)まで **問**師先 少林寺拳法連盟 村上 **☎**090(4624) 5630 **EM** y.murakami1aa1@docomo.ne.jp



◆合気道初心者講習会

後援 北区体育協会 **対**区内在住、在勤、在学中で中学生以上の方 **日**6月2日~30日(6月20日を除く) 毎週月・木曜 計8回 午後7時10分~9時 **場**滝野川体育館第二武道場(西ヶ原2-1-6) **費**3,000円(傷害保険料を含む) **申**5月31日(火)までに電話申込 **問**北区合気道連盟 阿出川 清 **☎**090(4172) 0006

健康いき情報

◆眼科健診

対区内在住で40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳・80歳の方(平成29年3月31日現在) ※対象者には5月下旬に受診券を送付します。健診開始日までに届かない方、または受診券を紛失した方はお申込みください。 **日**6月1日(水)~9月30日(金)(日曜、祝日及び休日を除く) ※健診期間を過ぎると受診できません。 **場**「眼科健診会場」のポスター掲示のある区内医療機関 ※健診予約が必要な医療機関は、期間内でも予約満了となる場合があります。予約状況は各医療機関にお問い合わせください。 **費**500円(健診を受ける医療機関でお支払いください) ※生活保護などを受けている方は、自己負担金が免除されます。 **問**先 健康推進課コールセンター **☎**(3908) 9034 健康推進課健康係 **☎**(3908) 9016

◆健康増進センター(へるしあKITA)

①高血圧予防教室 ~高血圧症予防は「考」血圧から~ 沈黙の病「高血圧」のからだへの影響を知り、生活習慣・食事・運動面から予防に役立つ実践方法を学びます。 **対**区内在住、在勤で20歳以上の方 **日**6月18日~7月2日 毎週土曜 計3回 午前10時~11時45分 **内**師 18日…「目で見る高血圧!!」(北区医師会医師 田中和秋氏)、「予防のために今できることを考えよう」(保健師) 25日…「おいしく減塩」(管理栄養士) ※試食あり 7月2日…「効果を出す運動目安」(運動指導員) **定**30名(抽選)

費150円(食材費実費) ②ちょっとためになる栄養講座~手軽に野菜を摂るための保存テクニック~ **対**区内在住、在勤で20歳以上の方 **日**6月8日(水) 午後1時30分~3時 **内**野菜の冷凍保存や下処理方法、市販のカット野菜の利用法について学びます。 **定**20名(抽選) **費**150円(食材費実費) ③腸内力アップ1day講座 **対**区内在住、在勤で20歳~59歳の方 **日**6月18日(土) 午後2時~4時 **内**腸内環境を整え、からだの中から健康になるポイントを学びます。生活習慣の話(20分)、食事の話(40分)、運動の話と実践(50分) **定**30名(抽選) =以下、①~③共通= **申**往復はがき(記入例参照)で、5月25日(水)(必着)まで **問**場先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館) **☎**(5390) 2220

◆帝京けんこうひろば健康講座

対初産婦さん夫婦 **日**師下表のとおり **場**帝京大学大学棟3階助産学専攻科実習室(板橋区加賀2-11-1) **内**赤ちゃんのお風呂 **定**各3組 **申**5月10日(火)から電話申込 **問**帝京大学医療技術学部看護学科帝京けんこうひろば(教務課) **☎**(3964) 7051 (内線41611または41625)

日程	講師
7月2日(土) 午前10時~11時30分	医療技術学部助産学専攻科 講師 大野友子氏
7月2日(土) 午後2時~3時30分	医療技術学部助産学専攻科 教授 片桐麻州美氏
7月9日(土) 午前10時~11時30分	医療技術学部助産学専攻科 講師 望月千夏子氏
7月9日(土) 午後2時~3時30分	医療技術学部助産学専攻科 助教 望月良美氏